

Family Resistance

Stage	Preparation
Barrier	Other family members don't like vegetables
Objective	<ul style="list-style-type: none">Help caregivers find ways to offer children vegetables even when other family members don't like vegetables
Materials	<ul style="list-style-type: none">Goal cards
Introduction	<ul style="list-style-type: none">You said you intend to start offering (<i>child's name</i>) vegetables 3 times a day within the next month but you also mentioned that other family members not liking vegetables poses a barrier to offering vegetables to (<i>child's name</i>). What are some ways you are thinking about for getting around this conflict? <p><i>Allow caregiver to respond. Comment and continue with the following as appropriate.</i></p>
Overcoming Family resistance	<ul style="list-style-type: none">Are there any meals or foods that you prepare for (<i>child's name</i>) or your children in general that you wouldn't necessarily offer to other family members? <p><i>Allow caregiver to respond then add the following suggestion as needed.</i></p> <ul style="list-style-type: none">You could include vegetables in those meals/foods. For example, you could take advantage of (<i>child's name</i>) snack times to offer vegetables. What ways could you do that? <p><i>Offer additional vegetable snack ideas if necessary.</i></p> <ul style="list-style-type: none">What about at mealtimes? How might you offer vegetables to (<i>child's name</i>) at mealtimes without making it an "issue" for those who don't like them?

- Vegetables can be finely chopped and added to dishes like meatloaf and casseroles or pureed for soups.

Caution about "disguising" veggies with a statement such as this:

- Disguising vegetables may not help a child to learn eat vegetables regularly, though, so that is something to keep in mind.
- Another way is to offer vegetables at meal times a special side dish for (*child's name*).
- It may help to talk with other family members before meals about keeping a positive attitude at the table about vegetables.
- You and other family members could also agree to be role models for (*child's name*) by deciding to try vegetables yourselves. It could be a whole family adventure to try a different vegetable each week.
- You could have (*child's name*) help choose and prepare a vegetable. Everyone in the family could then support (*child's name*) by eating that vegetable.

Take-home activity

- We have discussed several ways to get around the issue of other family members not liking vegetables. Which of the ways we've talked about would be most realistic for you?

Prompt caregiver to set a goal to implement their most realistic strategy before the next visit. Ask him/her to write the goal on a goal card.

Iowa WIC Program & Iowa State University — 2004

Partially funded by USDA/FNS as a special project grant

Resistencia de la familia

Etapa	Preparación
Obstáculo	A otros miembros de la familia no le gustan las verduras
Objetivo	<ul style="list-style-type: none">• Realzar los beneficios de salud de las verduras para los niños y enseñarle a la persona que cuida el niño maneras de ofrecerle verduras al niño aunque a otros miembros de la familia no le gustan las verduras.
Materiales	<ul style="list-style-type: none">• Tarjeta de metas
Introducción	<ul style="list-style-type: none">• Usted mencionó que piensa empezar a ofrecerle verduras a (<i>nombre del niño</i>) 3 veces al día durante el próximo mes, pero también mencionó que hay algunos miembros de la familia que no le gustan las verduras y esto la limita a usted a ofrecerle verduras a (<i>nombre del niño</i>). ¿Cómo piensa resolver este problema? <p><i>Permita que la persona que cuida al niño conteste, de comentarios y siga con lo siguiente según sea apropiado.</i></p> <ul style="list-style-type: none">• ¿Hay comidas que usted prepara especialmente para (<i>nombre del niño</i>) que no necesariamente le ofrecería a los otros miembros de la familia que no les gustan las verduras? <p><i>Permita que la persona que cuida al niño conteste, luego provea las siguientes sugerencias según sea necesario:</i></p> <ul style="list-style-type: none">- Puede incluir verduras en esas comidas. Por ejemplo, puede aprovechar los tiempos en que le ofrece meriendas a (<i>nombre del niño</i>) y ofrecerle verduras en esos momentos. ¿Cómo puede hacer esto? <p><i>Ofrezca mas ideas de meriendas de verduras si es necesario.</i></p>
Como lidiar con la resistencia de la familia	

- ¿Qué tal las horas de comida? ¿Cómo puede ofrecer usted verduras a (*nombre del niño*) en las horas de comida, sin crear un problema para los miembros de la familia que no les gustan las verduras?
- Las verduras se pueden cortar en trozos pequeños y mezclarlos en las comidas del niño como un “meatloaf” especial, platos guisados o puré para la sopa.

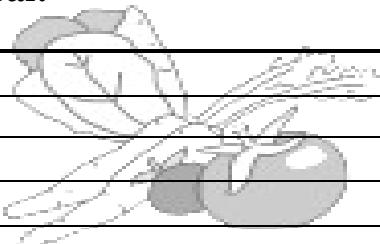
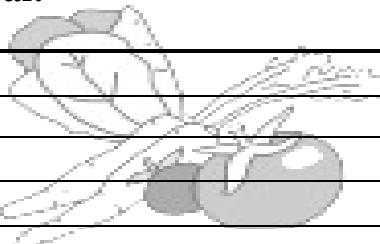
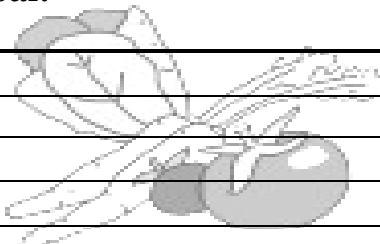
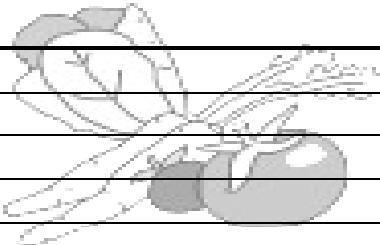
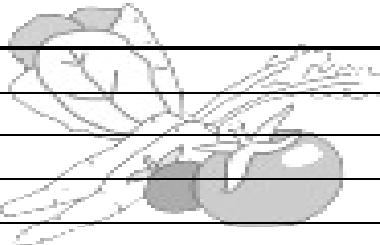
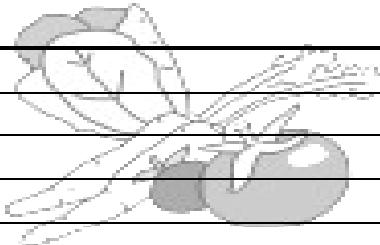
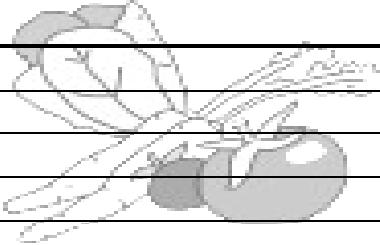
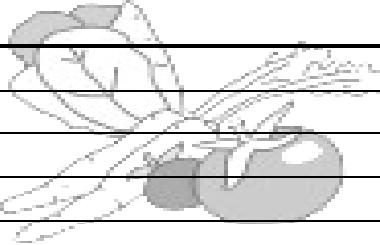
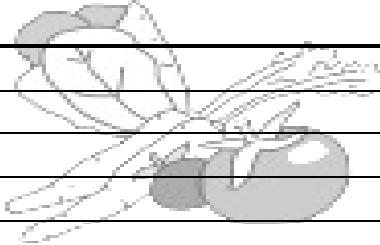
Advierta a la persona sobre ocultar las verduras con un comentario como:

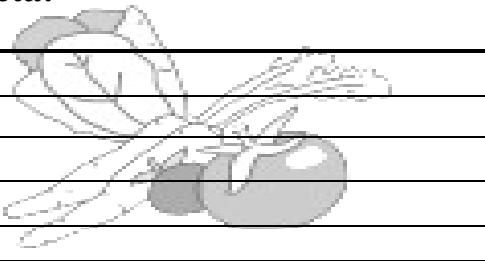
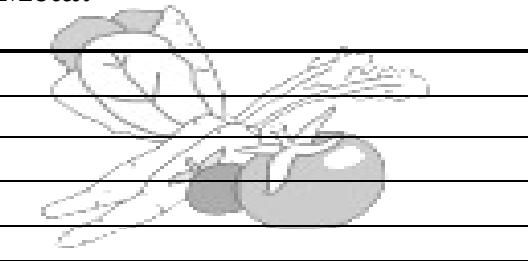
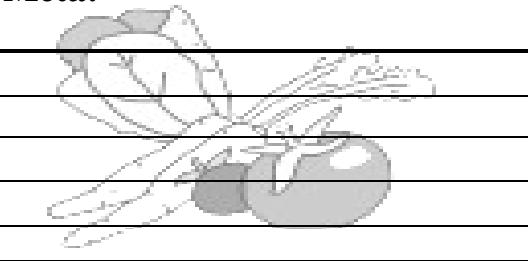
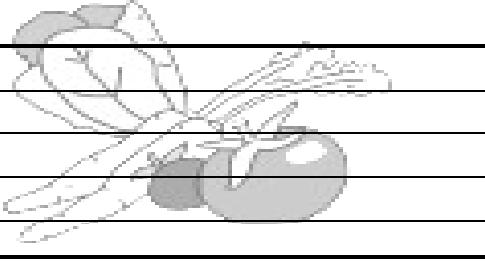
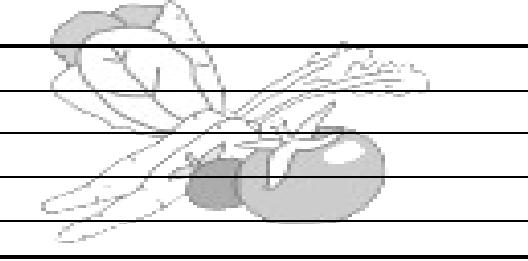
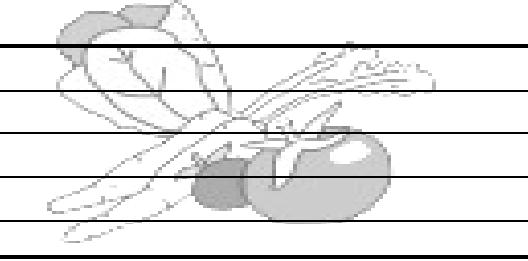
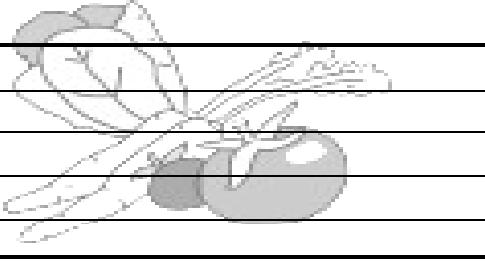
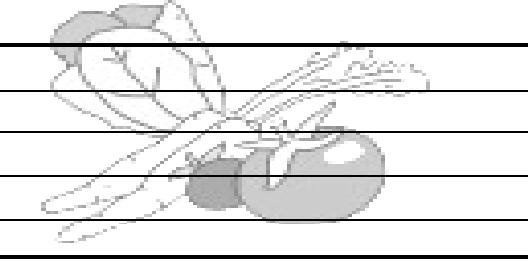
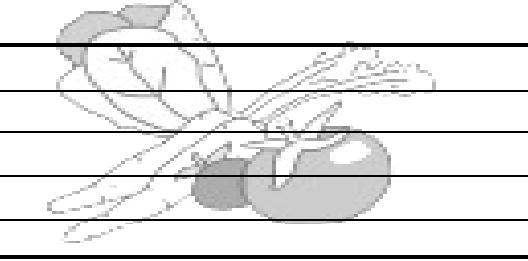
- Debe recordar que ocultar las verduras no enseña a los niños a comer verduras regularmente.
- También, en las horas de comida puede ofrecer un plato especial de verduras para (*nombre del niño*).
- Antes de las horas de comida, sería útil si habla con los otros miembros de la familia sobre mantener una buena actitud hacia las verduras.
- Usted y los otros miembros de la familia pueden tomar turnos para ser un buen ejemplo para (*nombre del niño*) tomando la decisión de probar las verduras ustedes mismos. Puede ser una aventura para toda la familia intentar probar una verdura diferente cada semana.
- Puede permitir que (*nombre del niño*) escoja y prepare una verdura. Todos en la familia pueden apoyar a (*nombre del niño*) para que coma la verdura que ha preparado.

Actividad para la casa

- Hemos discutido varias maneras de resolver el problema de que a otros miembros de la familia no les gusten las verduras. ¿Cuál de las maneras que hemos hablado sería la más realista para usted?

Dirija a la persona que cuida al niño a establecer una meta de lo que seria lo más realista para cumplir antes de su próxima visita, haga que la persona escribe su meta en la tarjeta de metas.

<p>Goal:</p>  <p>Accomplish by: _____ (date of next visit)</p>	<p>Goal:</p>  <p>Accomplish by: _____ (date of next visit)</p>	<p>Goal:</p>  <p>Accomplish by: _____ (date of next visit)</p>
<p>Goal:</p>  <p>Accomplish by: _____ (date of next visit)</p>	<p>Goal:</p>  <p>Accomplish by: _____ (date of next visit)</p>	<p>Goal:</p>  <p>Accomplish by: _____ (date of next visit)</p>
<p>Goal:</p>  <p>Accomplish by: _____ (date of next visit)</p>	<p>Goal:</p>  <p>Accomplish by: _____ (date of next visit)</p>	<p>Goal:</p>  <p>Accomplish by: _____ (date of next visit)</p>

Meta: 	Meta: 	Meta: 
<i>Cumplida por: _____ (fecha de la próxima visita)</i>	<i>Cumplida por: _____ (fecha de la próxima visita)</i>	<i>Cumplida por: _____ (fecha de la próxima visita)</i>
Meta: 	Meta: 	Meta: 
<i>Cumplida por: _____ (fecha de la próxima visita)</i>	<i>Cumplida por: _____ (fecha de la próxima visita)</i>	<i>Cumplida por: _____ (fecha de la próxima visita)</i>
Meta: 	Meta: 	Meta: 
<i>Cumplida por: _____ (fecha de la próxima visita)</i>	<i>Cumplida por: _____ (fecha de la próxima visita)</i>	<i>Cumplida por: _____ (fecha de la próxima visita)</i>